


Resiliensi Pada Masyarakat Simp. KKA Aceh Utara Pasca Pemberontakan GAM

**Zakiah Fitri Hasibuan¹, Zamzam Nurfatiha Kahar^{*2}, Fikri Sya'bana Daulay³,
Meutia Muslimah⁴, Faza Amalia Zulhas⁵**

^{1,2,3,4,5} Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh-Indonesia

e-mail: zakiah.220620024@mhs.unimal.ac.id¹, zam.220620030@mhs.unimal.ac.id²,
fikri.220620039@mhs.unimal.ac.id³, meutia.220620061@mhs.unimal.ac.id⁴,
faza.220620099@mhs.unimal.ac.id

Riwayat Artikel	Abstrak
<p>Diterima: 15 Juni 2025 Direvisi: 17 Juni 2025 Diterbitkan: 30 Juni 2025</p> <hr/> <p>Kata kunci: dukungan sosial, konflik Aceh, psikologi komunitas, resiliensi, trauma kolektif</p>	<p><i>Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji resiliensi masyarakat Simpang KKA, Aceh Utara, dalam menghadapi dampak psikososial dan ekonomi pasca tragedi konflik bersenjata pada tahun 1999. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus, menggunakan teknik non-probabilitas sampling terhadap para penyintas konflik. Analisis data dilakukan dengan pendekatan Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Simpang KKA memiliki tingkat resiliensi yang signifikan, ditinjau dari tujuh aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatté, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, empati, analisis kausal, self-efficacy, dan reaching out. Dukungan sosial melalui komunitas seperti K2HAU menjadi pilar utama dalam membangun kembali ketahanan psikologis kolektif. Praktik spiritual seperti doa dan kegiatan keagamaan juga berperan penting dalam membantu regulasi emosi dan pemaknaan ulang atas trauma. Temuan juga menunjukkan variasi tingkat pemulihan di kalangan masyarakat, dengan sebagian besar mampu meringkai masa lalu sebagai pelajaran dan menatap masa depan dengan harapan. Penelitian ini merekomendasikan perlunya intervensi terstruktur dan penelitian lanjutan untuk mengembangkan model resiliensi berbasis budaya dan spiritual lokal, serta melibatkan generasi muda sebagai agen keberlanjutan pemulihan pasca-konflik.</i></p>
	<p><i>This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License</i></p>

1. PENDAHULUAN.

Tragedi simpang KKA adalah salah satu dari banyak tragedi gelap dalam konflik Aceh. Pada 3 Mei 1999, total 40 orang terbunuh dengan kejam, dengan 44 korban yang terluka dan banyak korban yang tidak dikenal dinyatakan hilang. (Mardiah, 2021). Ini tentu saja menjadi trauma yang dalam bagi masyarakat Aceh, terutama penduduk Simpang KKA di Paloh Lada, di Kecamatan Dewantara. Meskipun kejadian simpang KKA

telah terjadi berpuluh tahun yang lalu, tetapi tentu saja masih ada banyak konflik dalam kehidupan masyarakat, karena konflik terkait erat dengan interaksi antara manusia.

Konflik bersenjata yang berkepanjangan di berbagai wilayah termasuk di Simpang KKA, telah memberikan dampak psikologis yang signifikan terhadap masyarakat setempat. Pasca-konflik, banyak individu mengalami ketakutan, kecemasan, dan gejala gangguan stress pascatrauma (PTSD), yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan interaksi social mereka. Ketakutan ini bukan hanya terbatas pada pengalaman individu, tetapi juga meluas ke komunitas, mengganggu proses rekonsiliasi dan pembangunan kembali kehidupan social. (Safarina, et al., 2024)

Peristiwa traumatik seperti konflik bersenjata di Simpang KKA dan konflik yang sering terjadi pada kehidupan bermasyarakat pastilah mewarnai ruang-ruang informasi dan menjadi bagian dari keseharian. Ditengah tantangan hidup yang berat dan trauma yang terus membayangi para korban tragedy Simpang KKA, korban dituntut untuk tetap waras dan memiliki mental yang kuat. Sehingga para korban tragedy Simpang KKA diharapkan memiliki resiliensi yang baik dalam menjalani kehidupan. (Hendriani, 2018) Menurut Bonanno (dalam Dahlia, 2020) resiliensi adalah kapasitas seseorang untuk meningkatkan ketabahan diri baik secara fisik maupun psikis saat mengalami suatu kejadian yang traumatic, atau kejadian yang memiliki potensi untuk menyebabkan kehilangan nyawa. Resiliensi membantu orang yang terpapar pengalaman traumatis untuk kembali kekeadaan emosi normal mereka. Individu yang tangguh dapat mengalami gangguan sementara dengan fungsi normal mereka, tetapi mereka sering menunjukkan fungsi yang sehat dari waktu ke waktu (Bonanno, 2004).

Trauma yang disebabkan oleh tragedi pembantaian dapat berdampak pada psikologis para penyintas, bagi mereka itu adalah trauma yang mendalam. Trauma ini umumnya mempengaruhi keseluruhan Anggota komunitas yang terkena tragedy tersebut dan bahkan cenderung meneruskannya kepada generasi berikutnya (Sarkissian & Sharkey 2021). Masih banyak masyarakat yang belum mengetahui dan belum paham terkait resiliensi, terutama para korban dari tragedy Simpang KKA. Oleh karena itu, peneliti ini mencoba untuk menyelidiki dan mencari tahu sudah sejauh mana resiliensi dari para penyintas Tragedi Simpang KKA? Apakah mereka sudah mencapai resiliensi yang baik dan sembuh dari trauma yang mengahntui mereka setiap harinya?

2. METODE.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif sering disebut sebagai metode penelitian naturalistik, karena dilaksanakan dalam kondisi yang alamiah atau situasi nyata (Sugiyono, 2021). Data yang ingin di deskripsikan dalam penelitian ini adalah Resiliensi Pada Korban Konflik Tragedi Simpang KKA. Tempat dan Lokasi Penelitian ini adalah di Simpang KKA. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah suatu strategi yang digunakan dalam penyajian suatu pelajaran dengan memanfaatkan

kasus yang ditemui sebagai bahan pembelajaran kemudian kasus tersebut dibahas bersama-sama untuk mendapatkan penyelesaian atau jalan keluar (Dewi,M., dkk , 2023).

Subjek dalam penelitian ini adalah korban dari tragedi simpang kka yang telah ditetapkan menggunakan metode non tandon sampling atau non-probabilitas sampling. Metode *Non-random sampling atau non-probability sampling* adalah metode pengambilan sampel dimana setiap individu tidak memiliki peluang yang sama untuk dipilih. Pemilihan sampel didasarkan pada pertimbangan tertentu yang disesuaikan dengan konteks fenomena yang diteliti serta tujuan penelitian (Herdiansyah, 2020). Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan metode Miles dan Huberman (Sugiyono 2020), dimana melakukan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN.

Hasil

Hasil penelitian ini adalah peneliti menemukan bahwa masyarakat Simpang KKA, Aceh Utara, menunjukkan tingkat resiliensi yang signifikan dalam menghadapi dampak psikososial dan ekonomi pasca tragedi Simpang KKA tahun 1999. Dengan menggunakan kerangka tujuh faktor resiliensi dari Reivich dan Shatté (2002), masyarakat mampu mengelola regulasi emosi dan kontrol impuls secara efektif, yang membantu mereka tetap tenang dan tidak mudah terpancing dalam situasi penuh tekanan. Hal ini terlihat dari kemampuan individu dan kelompok untuk mengendalikan reaksi emosional mereka, sehingga meminimalisir konflik internal dan memperkuat solidaritas sosial di tengah trauma masa lalu.

Selain itu, optimisme dan analisis kausal menjadi faktor penting yang memperkuat daya tahan masyarakat. Masyarakat Simpang KKA menunjukkan keyakinan kuat bahwa masa depan mereka akan lebih baik, meskipun mengalami kesulitan ekonomi dan sosial. Kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab utama masalah yang mereka hadapi juga memungkinkan mereka untuk mengambil langkah-langkah strategis dalam mengatasi tantangan tersebut. Dengan demikian, resiliensi tidak hanya bersifat emosional tetapi juga kognitif, yang mendukung adaptasi dan pemulihan secara berkelanjutan.

Penelitian ini juga mengindikasikan perlunya studi lebih lanjut untuk menggali peran generasi muda dalam membangun resiliensi jangka panjang di Simpang KKA. Selain itu, penelitian komparatif dengan komunitas lain di Aceh dapat memberikan wawasan lebih luas mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi sosial di daerah konflik. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa meskipun mengalami trauma besar, masyarakat Simpang KKA mampu menunjukkan ketangguhan yang luar biasa melalui berbagai mekanisme psikososial dan sosial kolektif.

Penelitian ini mengkaji manifestasi resiliensi pada masyarakat Simpang KKA, Aceh Utara, pasca tragedi Simpang KKA tahun 1999 yang menimbulkan dampak psikososial dan ekonomi yang signifikan. Dengan menggunakan kerangka kerja tujuh faktor resiliensi dari Reivich dan Shatté (2002), ditemukan bahwa masyarakat Simpang

KKA menunjukkan kemampuan bertahan dan beradaptasi yang kompleks baik secara individu maupun kolektif.

Pembahasan

Konflik adalah proses sosial yang berlangsung menantang disertai ancaman. Konflik selalu hadir selama ada manusia Karena konflik sendiri merupakan gejala sosial . Secara etimologis konflik adalah pertengkaran, Perbedaan pendapat, atau berselisih. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) konflik memiliki arti percekocokan Dan pertentangan (Santoso, 2019) Salah satu nya Konflik yang pernah terjadi di Aceh menyebabkan tragedi Simpang KKA pada tahun 1999 menjadi trauma besar bagi Masyarakat Aceh Utara, Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis manifestasi resiliensi pada masyarakat Simpang KKA, Aceh Utara, dalam menghadapi dampak psikososial dan ekonomi pasca periode pemberontakan GAM.

Dengan menggunakan kerangka kerja tujuh faktor resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatté (2002), pembahasan ini akan menguraikan bagaimana masyarakat secara kolektif maupun individual menunjukkan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi. Reivich dan Shatte (2002), Memaparkan tujuh kemampuan yang Membentuk resiliensi,yaitu regulasi Emosi, pengendalian impuls, optimisme, Empati, analisis penyebab masalah, efikasi Diri, dan reaching out.

1. Regulasi emosi, merupakan kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi yang penuh tekanan individu yang resilien menggunakan serangkaian keterampilan yang telah dikembangkan untuk membantu mengontrol emosi, atensi dan perilakunya,
2. Kontrol impuls, berkaitan erat dengan kemampuan regulasi emosi. Individu dengan kontrol impuls yang kuat, cenderung memiliki regulasi emosi yang tinggi.
3. Optimisme adalah keyakinan individu bahwa semua yang terjadi pada dirinya akan menjadi lebih baik dan memiliki keyakinan masa depan akan lebih baik
4. Analisis kausal merupakan istilah Yang digunakan untuk merujuk pada Kemampuan individu untuk secara akurat Mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahan mereka
5. Empati, Menggambarkan sebaik apa seseorang dapat membaca petunjuk dari orang lain berkaitan dengan kondisi psikologis dan emosional orang tersebut
6. Self-efficacy, menggambarkan keyakinan seseorang bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dialaminya dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai Kesuksesan,
7. Reaching out, menggambarkan kemampuan seseorang untuk mencapai keberhasilan. Resiliensi merupakan sumber untuk mencapai reaching out, karena resiliensi memungkinkan kita untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam Kehidupan

Salah satu pilar utama resiliensi yang teridentifikasi secara kuat dalam temuan di lapangan adalah faktor Reaching Out yaitu dukungan sosial Data penelitian menunjukkan bahwa ikatan komunitas dan jaringan sosial memainkan peran krusial sebagai penyangga psikologis bagi masyarakat.

Hal ini terlihat dari dua orang yg menjadi partisipasi berinisial Pak M yg merupakan salah satu konselor dan pendiri komunitas K2HAU (komunitas korban ham

Aceh Utara) tujuan terbentuknya K2HAU ialah membantu masyarakat Aceh Utara dalam pemulihan trauma pasca konflik GAM di Aceh Utara sedangkan partisipasi kedua berinisial Ibu S mengikuti kajian takjiah bersama ibu-ibu komunitas lainnya, Ibu S mengatakan hal ini dapat memulihkan sedikit rasa traumanya. Temuan ini menegaskan konsep Shatté bahwa keberadaan jaringan sosial yang solid secara signifikan mengurangi dampak stresor dan mencegah individu jatuh ke dalam keputusasaan, sebuah aspek vital dalam konteks pemulihan pasca-konflik.

Selanjutnya, resiliensi masyarakat Simpang KKA juga terbukti melalui kombinasi antara faktor Optimism (Optimisme) dan Causal Analysis (Analisis Penyebab) yang unik. Optimisme yang berkembang tidak bersifat naif, melainkan optimisme realistis yang berakar pada keyakinan spiritual dan harapan akan masa depan yang lebih baik bagi generasi penerus.

Hal ini didukung oleh bapak M yg mengatakan “ *Konflik ini terjadi karena ketidakpuasan dan ketidakadilan pemerintah terhadap masyarakat aceh*” temuan bahwa salah satu penyebab konflik ialah ketidakpuasan dan ketidakadilan masyarakat Aceh yang mengakibatkan pecahnya konflik salah satunya yg terkenal di Simpang KKA, Aceh Utara dan penuturan dari ibu S mengatakan “ *semoga anak-anak kita ga mengalami hal yang sama kedepannya dan selalu beristiqlal kepada tuhan*” hal ini juga menunjukkan kemampuan Causal Analysis dengan tidak terjebak dalam menyalahkan satu pihak secara terus-menerus, melainkan membingkai konflik sebagai sebuah pelajaran pahit yang harus diakhiri.

Kemampuan untuk mengatribusikan penyebab secara akurat tanpa menyalahkan diri sendiri secara berlebihan memungkinkan mereka untuk fokus pada solusi dan langkah ke depan. Kombinasi antara memaknai masa lalu sebagai pelajaran (Causal Analysis) dan memandang masa depan dengan harapan (Optimism) menjadi mesin penggerak utama bagi masyarakat untuk bangkit kembali.

Menariknya dengan adanya self efficacy dari Pak M dan masyarakat lainnya yang membentuk komunitas korban ham Aceh Utara dapat menjadi wadah korban konflik untuk memulihkan psikologi masyarakat Aceh walaupun belum semua masyarakat psikologis dari rasa traumanya pulih Dualisme ini mengindikasikan bahwa sementara sebagian masyarakat telah berhasil membangun kembali kepercayaan pada kemampuan diri mereka, sebagian lainnya masih memerlukan intervensi terstruktur untuk meningkatkan self-efficacy mereka.

Dari regulasi emosi Pak M walaupun dia salah satu konselor di suatu komunitas namun tidak lupa dengan trauma kehilangan saudaranya namun Pak M mengatakan “ *hanya dukungan keluarga dan orang sekitar serta mendekatkan diri kepada Allah yang bias bikin kita tetap kuat dan tegar*” namun regulasi emosi dari Ibu S masih menyelumuti traumanya seperti yg di katakana Ibu S “ *kalau setiap liat tentara rasa nya mengingat kembali pas konflik KKA*” dengan masih adanya trauma masa lalu tetapi Ibu S beliau saat ini mengikuti komunitas takjiah dengan masyarakat lainnya dapat meredakan rasa traumanya dan selalu bertaqwa kepada Tuhan.

Kutipan ini menunjukkan adanya strategi koping yang sadar dan aktif. Individu tidak membiarkan dirinya larut dalam emosi negatif yang destruktif. Penggunaan praktik spiritual (shalat, doa) berfungsi sebagai mekanisme konkret untuk menenangkan diri dan meringkai ulang emosi duka menjadi bentuk ketabahan dan kepasrahan (sabar). Ini bukan penyangkalan emosi, melainkan sebuah proses pengelolaan emosi agar tidak melumpuhkan kehidupan sehari-hari. Temuan ini sangat mendukung pandangan Reivich dan Shatté bahwa regulasi emosi adalah fondasi resiliensi. Kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan memungkinkan seseorang untuk berpikir lebih jernih dan membuat keputusan yang lebih baik.

Selain itu Control Impulse juga sangat penting untuk mengontrol diri agar tidak terjadi konflik yang tidak berkepentingan maka dari itu sebagai masyarakat Aceh perlunya mengikuti komunitas Masyarakat yang positif agar hal yang tidak diinginkan terjadi hal ini sejalan dengan pernyataan bapak M yang mengatakan “ *Semoga dengan adanya komunitas K2HAU ini dapat membantu memulihkan trauma masyarakat sekitar Aceh utara dan tempat bersuara masyarakat Aceh atas ketidakadilan* ” kemampuannya untuk memprioritaskan perdamaian di atas ego sesaat adalah manifestasi nyata dari kontrol impuls yang kuat. Ini bukan tanda kelemahan, melainkan tanda kedewasaan dan pemahaman mendalam atas konsekuensi dari sebuah tindakan.

Hal ini sejalan dengan pernyataan bapak M dengan teori resiliensi yang menyatakan bahwa kontrol impuls adalah tentang menunda gratifikasi (dalam hal ini, kepuasan membalas dendam) untuk tujuan yang lebih besar dan lebih bermakna. Dan yang terakhir yaitu empati yaitu kepedulian sesama masyarakat terutama pasca konflik GAM Aceh sesuai yang sudah dijabarkan dengan pembentukan komunitas seperti K2HAU ini bukti kuat bahwa dengan adanya kepedulian sesama masyarakat Aceh Utara terhadap psikologi dan trauma masyarakat untuk sama-sama bangkit kembali dari ketidakadilan dan kekerasan semasa pasca konflik GAM Aceh, tindakan ini menunjukkan tingkat empati yang luar biasa, yang melampaui garis dendam dan permusuhan.

Terjadi pergeseran kognitif dari narasi "kami vs mereka" menjadi narasi "kita semua adalah korban". Kemampuan untuk melihat kemanusiaan pada diri "musuh" adalah langkah paling fundamental dalam proses rekonsiliasi sejati dan memutus rantai kebencian antar generasi temuan ini secara kuat mendukung argumen Reivich dan Shatté bahwa empati adalah perekat hubungan sosial yang memungkinkan terbentuknya kembali jaringan pengaman sosial.

Dengan data yang terbatas dan secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan kompleksitas resiliensi masyarakat Simpang KKA Penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam mengenai peran generasi muda dalam membangun resiliensi jangka panjang, atau melakukan studi komparatif dengan komunitas lain di Aceh.



Gambar 1. Wawancara bersama bapak M



Gambar 2. wawancara bersama ibu S

4. KESIMPULAN

Penelitian tentang resiliensi masyarakat Simpang KKA, Aceh Utara dalam menghadapi dampak psikososial dan ekonomi pasca konflik GAM menghasilkan beberapa temuan penting yang mencerminkan kompleksitas proses pemulihan trauma kolektif.

Pertama, faktor Reaching Out (dukungan sosial) terbukti menjadi pilar utama resiliensi masyarakat. Pembentukan komunitas seperti K2HAU (Komunitas Korban HAM Aceh Utara) dan kegiatan takziah bersama menunjukkan bahwa ikatan komunitas dan jaringan sosial memainkan peran krusial sebagai penyangga psikologis. Keberadaan jaringan sosial yang solid secara signifikan mengurangi dampak stresor dan mencegah individu jatuh ke dalam keputusasaan.

Kedua, masyarakat menunjukkan kombinasi unik antara optimisme dan Analisis Penyebab yang realistis. Optimisme yang berkembang bukan bersifat naif, melainkan optimisme yang berakar pada keyakinan spiritual dan harapan akan masa depan yang lebih baik. Kemampuan untuk mengatribusikan penyebab konflik secara akurat tanpa menyalahkan diri sendiri secara berlebihan memungkinkan mereka fokus pada solusi dan langkah ke depan.

Ketiga, Regulasi Emosi masyarakat menunjukkan strategi koping yang sadar dan aktif melalui praktik spiritual. Penggunaan shalat dan doa berfungsi sebagai mekanisme konkret untuk menenangkan diri dan meringkai ulang emosi duka menjadi bentuk ketabahan dan kepasrahan. Namun, masih terdapat variasi dalam tingkat pemulihan trauma di antara anggota masyarakat.

Keempat, Kontrol Impuls termanifestasi dalam kemampuan masyarakat untuk memprioritaskan perdamaian di atas ego sesaat, yang menunjukkan kedewasaan dan pemahaman mendalam atas konsekuensi tindakan. Kelima, Empati yang luar biasa ditunjukkan melalui pergeseran kognitif dari narasi "kami vs mereka" menjadi "kita semua adalah korban", yang merupakan langkah fundamental dalam proses rekonsiliasi sejati.

Sementara itu, Self-Efficacy menunjukkan dualisme di mana sebagian masyarakat telah berhasil membangun kembali kepercayaan pada kemampuan diri, namun sebagian lainnya masih memerlukan intervensi terstruktur untuk meningkatkan keyakinan diri mereka.

Diharapkan pada Peneliti selanjutnya perlu mengembangkan model resiliensi yang lebih spesifik untuk konteks pasca konflik di Aceh, dengan mempertimbangkan faktor budaya, spiritual, dan sosial lokal yang khas dan diperlukan penelitian jangka panjang untuk memahami dinamika resiliensi masyarakat dalam periode waktu yang lebih panjang, termasuk bagaimana resiliensi berkembang dari generasi ke generasi yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA.

- Adifullah, M., & Safarina, N. A. (2024). PSIKOEDUKASI DARI LUKA MENUJU PEMULIHAN MEMBANGUN RESILIENSI PADA WARGA SIMPANG KKA. *JEULIKAT: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1).
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Dahlia, Mawarpury, M., & Amna, Z. (2020). *Kesehatan Mental*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Der Sarkissian, A., & Sharkey, J. D. (2021). Transgenerational trauma and mental health needs among Armenian Genocide descendants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10554. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910554>
- Dewi, M., Wahyuningsih, S. D., Aisyah, N., Bisri, W. H., & Noviani, D. (2023). Aplikasi Metode Studi Kasus Kelebihan dan Kelemahannya dalam Pembelajaran Fiqih. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, 1(1), 113-122.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta Timur: Prenadamedia Group.
- Herdiansyah, H. (2020). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Salemba Humanika.
- Mardhiah, A. (2021). *Pendidikan Damai di Daerah Rawan Konflik*. PT Bambu Kuning Utama.
- Masten, A. S. (2014). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Child Development*, 85(1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Broadway Books.
- Safarina, N. A., Pratama, M. F. J., Amin, S., Tarigan, A. A. P. B., Zuhra, Z., Mahfuza, F. D., ... & Siregar, S. A. Z. (2024). Regulasi Emosi Dengan Meditasi Mindfulness Terhadap Ketakutan Pada Masyarakat Daerah Pasca Konflik KKA. *Jurnal Abdi Anjani*, 2(2), 166-174
- Safarina, N. A., Pratama, M. J. F., Silaturrahmi, A., Putri, D. A., Lubis, A. P. A. Q., Dari, A. W., & Zuhriani, S. H. (2024). PENINGKATAN PSYCOLOGICAL WELL BEING PADA WARGA SIMPANG KKA PASCA 19 TAHUN MOU HELSINKI. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(5), 1703-1710.

Santoso, B. (2019). Konflik Sosial dan Dampaknya di Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 22(3), 245-260.

Santoso, T. (2019). *Konflik dan Perdamaian*. Konflik dan Perdamaian.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.